

Udział w ekspedycji "Od uprawy do potrawy"



12 grudnia br. klasa 2c SP wybrała się do Tesco, aby wziąć udział w ekspedycji "Od uprawy do potrawy". W ramach akcji dzieci miały możliwość zdobyć wiedzę o pochodzeniu produktów i ich sezonowości, a co za tym idzie różnicowaniu diety w zależności od pór roku i bazowaniu na regionalnych produktach. Uczniowie spróbowali też wielu produktów, poznali nowe smaki i odkryli różnorodność zdrowych produktów. Nauczyli się prawidłowego czytania etykiet i przekonali się, że produkty posiadają różny skład i dwa produkty z pozoru identyczne mogą się bardzo różnić. Zdobyli wiedzę o przechowywaniu żywności i przypomnieli sobie informacje o piramidzie żywieniowej, a także zdobyli wiedzę o prawidłowym nawodnieniu organizmu. Poznali rolę wody i jej dzienne spożycie. Dowiedzieli się jakie są sposoby na ograniczenie marnowania żywności. Prócz tego skomponowali swój własny jogurt, a potem go zjedli.